

	was	wann	wie lange ab wann	wo	wie viel € Mitgl./Gast	wer	
Montag	Beckenboden- Gesundheitstraining	14:15-15:15 15:30-16:30	11 x 60 Min. 12.01.2026	Kneipp- Treff	40,70/51,70	Elisabeth Walter 0821 781885	Montag
	Bodystyling - Wand-workout	16:45-17:45	11 x 60 Min. 12.01.2026	Kneipp- Treff	40,70/51,70	Elisabeth Walter 0821 781885	
	Pilates	18:00-19:00	11 x 60 Min. 12.01.2026	Kneipp- Treff	49,50/66,00	Elisabeth Walter 0821 781885	
	Faszien-Yoga	19:15-20:30	10 x 75 Min. 12.01.2026	Kneipp- Treff	57,00/75,00	Christa Kiss 0821 707078	
	Aquafitness - Power & Fun	20:00-20:45	10 x 45 Min. 12.01.2026	Realschul- Bad	37,00/47,00	Claudia Schmid 01590 5359840	
Dienstag	Wirbelsäulen- Gymnastik	11:00-12:00	10 x 60 Min. 13.01.2026	Gymnastik Halle (GH)	37,00/47,00	Anni Seiler 0821 605679	Dienstag
	Wirbelsäulen- Gymnastik	17:15-18:15	9 x 60 Min. 13.01.2026	über Stadtbad	33,30/42,30	Frank Schneider 0821 50897623	
	Osteoporose- Gymnastik	17:00-18:00	10 x 60 Min. 13.01.2026	Kneipp- Treff	37,00/47,00	Susanne Thieme 0821 2195356	
	Yoga - Ganz entspannt	18:15-19:30	10 x 75 Min. 13.01.2026	Kneipp- Treff	57,00/75,00	Susanne Thieme 0821 2195356	
	Männer - Fit von Kopf bis Fuß	18:30-19:30	9 x 60 Min. 13.01.2026	GH über Stadtbad	33,30/42,30	Frank Schneider 0821 50897623	
	Aquafitness - Power & Fun	20:00-20:45	10 x 45 Min. 13.01.2026	Realschul- Bad	37,00/47,00	Karin Scherer 0821 7290077 Claudia Schmid 01590 5359840	
Mittwoch	Fit auf dem Stuhl	09:00-09:45	10 x 45 Min. 14.01.2026	Kneipp- Treff	28,00/36,00	Christa Kiss 0821 707078	Mittwoch
	Qigong	09:50-10:50 11:00-12:00	10 x 60 Min. 07.01.2026	Kneipp- Treff	45,00/60,00	Christa Kiss 0821 707078	
	Aquafitness Gebühr inkl. Eintritt für 1,5 h	10:30-11:15 11:30-12:15	10 x 45 Min. 14.01.2026	Kneipp- Treff	71,00/81,00	Uschi Seyler 0821 6080177	
	Hatha-Yoga	17:30-18:45	11 x 75 Min. 07.01.2026	Kneipp- Treff	62,70/86,50	Doris Seidl 0821 602337	
	Kräuter-Vorträge: - Gemmo-Mazarate - Entgiftung und Entschlackung	16:00-17:00 19:00-20:00	2 x 60 Min. 11.02.2026 18.03.2026	Kneipp- Treff	je 5,00/7,00	Anmeldung im Kneipp-Treff 0821 2484185	
Donnerstag	Hatha-Yoga	09:00-10:15 10:30-11:45	10 x 75 Min. 15.01.2026	Kneipp- Treff	57,00/75,00	Susanne Thieme 0821 2195356	Donnerstag
	Rückenfitness - Wirbelsäulengymnastik	09:15-10:15	11 x 60 Min. 08.01.2026	GH über Stadtbad	40,70/51,70	Elisabeth Walter 0821 781885	
	Aquafitness Gebühr inkl. Eintritt für 1,5 h	09:30-10:15 10:30-11:15 11:30-12:15	10 x 45 Min. 15.01.2026	Stadtbad	71,00/81,00	Uschi Seyler 0821 6080177	
	Aquafitness	20:00-20:45	10 x 45 Min. 15.01.2026	Realschul- Bad	44,60/56,40	Angelika Woller 0177 3429683	
	Qigong	17:00-18:00	10 x 60 Min. 08.01.2026	Kneipp- Treff	45,00/60,00	Christa Kiss 0821 707078	
	Faszien-Yoga	18:15-19:30	10 x 75 Min. 08.01.2026	Kneipp- Treff	57,00/75,00	Christa Kiss 0821 707078	
	Pilates für Einsteiger	19:45-20:45	10 x 60 Min. 08.01.2026	Kneipp- Treff	45,00/60,00	Alexandra von Bartschikowski 0176 96446744	
Freitag	Schulter-Hals-Nacken	18:00-19:15 27.2./6.3./13.3.	3 x 75 Min. 27.02.2026	Kneipp- Treff	22,50/30,00	Uschi Seyler 0821 6080177	Freitag
	Neurokinetik	17:15-18:15 23.1./30.1./13.2.	3 x 60 Min. 23.01.2026	Kneipp- Treff	18,00/24,00	Kerstin Mayer 0170 4660737	